



VEGGISBURGER MED FARGERIKE FRIES

6A, NES BARNESKOLE

INGREDIENSER:

Beregnet til 4 porsjoner

- 1 Stk Ketchup
- 0.25 Stk Økologisk agurk
- 2 Stk Sjalottløk
- 4 Stk Burgerbrød
- 2 Stk Gulrøtter
- 4 Stk Valgfri veggisburger
- 1 Stk Rødbete
- 2 Stk Økologiske tomater
- 2 Stk Poteter
- 1 Stk BBQ saus
- 8 Stk Salatblader

SLIK GJØR DU:

- 1** Fries:
 - ☒ Sett ovnen på 200 grader.
 - ☒ Skrell rødbeten, ta av det ytterste skallet på løken, kutt av den nederste enden på gulroten. Kutt gulrøttene, rødbeten, potetene og løken i staver.
 - ☒ Legg dem på et stekebrett med bakepapir på. Ha på litt olje, salt og pepper.
 - ☒ Sett dem i midten av ovnen i ca 35 minutter.
- 2** Burger:
 - ☒ Stek vegetarburgerne i litt olje på 2. Stek dem på begge sider. De skal bli litt gyldne i fargen. De trenger ikke krydder!
 - ☒ Når det er to minutter igjen til rotgrønnsakene i ovnen er ferdige, putter du inn burgerbrødene på en egen rist.
- 3** Salat:
 - ☒ Vask tomaten og agurken nøye. Kutt tomaten og agurken i skiver (skal se ut som mynter).
 - ☒ Riv av 8 blader fra salaten. Du kan dele hvert blad i to eller tre biter, slik at de passer til størrelsen på burgerbrødene. Legg dem på en tallerken.